

به نام خدا

بیمارستان امام حسن مجتبی (ع) داراب

آنژین صدری یا درد قفسه سینه



تهیه کننده: مرضیه آزادمهر

کارشناس پرستاری

منبع:

مراقبت های پرستاری ویژه

تألیف: محمدرضا عسکری

قلب و عروق، خون برونر-سودارت ۲۰۱۸

زمستان ۱۳۹۷

راه های پیشگیری:

- ۱- مصرف فست فودها، چربی و نمک را در برنامه غذایی خود به حداقل برسانید، به خصوص در سنین ۳۰ به بالا
- ۲- از مصرف سیگار، مواد مخدر و الکل و قلیان اجتناب کنید. از قرار گرفتن در معرض افراد سیگاری بپرهیزید. زیرا این ترکیبات سبب تنگ رگهای قلبی و مغزی می گردد.
- ۳- راه های کاهش و مقابله با استرس را بیاموزید و از استرس خود بکاهید. زیرا استرس سبب بالا رفتن فشارخون می شود.
- ۴- سعی کنید در طول هفته ۳ بار هر بار به مدت ۱-۲ ساعت فعالیت های ورزشی بپردازید.
- ۵- در صورت داشتن چاقی و اضافه وزن، با یک برنامه ورزشی و رژیم غذایی مناسب، وزن خود را کاهش دهید.



بیمار باید داروهای تجویز شده را، حتی اگر هیچ علامتی بالینی نداشته باشد حتما مصرف کند از مصرف خودسرانه داروهای بدون نسخه پزشک خودداری کند. از قطع کردن خودسرانه داروها جدا بپرهیزید.

-از برخورد با وضعیت های پر استرس اجتناب کند.

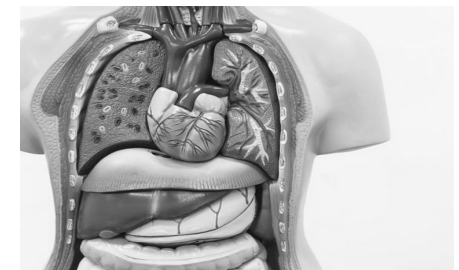
-کارهای خود را بدون استرس و فشار کاری، طبق برنامه انجام دهید.

-درد صورت شروع حمله درد، آنژین صدری به ترتیب زیر اقدام نمائید:

ابتدا باید کلیه فعالیت های خود را متوقف نموده و بنشینید و قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین را سریعاً زیر زبان قرار داده تا قطع کامل درد استراحت کند.

می توانید موقع درد حداکثر ۳ تا قرص زیر زبانی به فاصله های ۵ الی ۱۰ دقیقه مصرف کنید اگر درد تسکین نیافت بدون اینکه بیمار راه برود او را به نزدیکترین مرکز درمانی انتقال دهید.

۲- برای تسریع اثر قرص زیرزبانی در موارد درد شدید می توان قرص را زیر دندان خرد کرد. از بلع بزاق باید خودداری شود. در صورت امکان برای جلوگیری از کاهش فشار خون وضعیتی دراز بکشید.



آنژین صدری یا درد قفسه سینه

به درد جلوی قلبی اطلاق می شود که درد به دستها و گردن منتشر می شود این درد با عرق سرد و حالت تهوع همراه می باشد. نکته مهم اینکه این دردها در هنگام فعالیت بوجود آمده و پس از چند لحظه استراحت برطرف می شود. و با از سر گرفتن فعالیت مجدد علائم بر می گردد.

علت آنژین صدری یا درد قلبی ناکافی بودن جریان خون عروق قلبی است که سبب می شود اکسیژن کافی به عضله قلب نرسد به طوری که نیاز قلب از اکسیژن رسیده بیشتر است. اگر جریان خون دوبار و حتی بعد از ۱۵ الی ۲۰ دقیقه برقرار شود هیچ آسیب دائمی برای عضله قلب اتفاق نمی افتد.

علائم:

درد قفسه سینه در ناحیه جلوی قلبی و در پشت استخوان جناغ، این درد گاهی به دست چپ و راست، گردن، فک تحتانی و پشت کتف منتشر می شود.

سایر علائم همراه با درد شامل: تنگی نفس، رنگ پریدگی، تعریق، تپش قلب، غش، سرگیجه، و اختلالات هاضمه می باشد لازم به ذکر است که در سالمندان و افراد دیابتی به علت تغییر در گیرنده های عصبی و حسی، درد ایجاد نشده و حالت ضعف و غش و تنگی نفس بیشتر دیده می شود.



آنژین ناپایدار (درد قفسه ناپایدار):

به این نوع آنژین صدری، آژین قبل از سکته قلبی و یا آنژین فزاینده گفته می شود. در آنژین ناپایدار قطر داخلی عروق قلب به کمتر از ۱۰ درصد حد طبیعی می رسد. درد حمله ای قفسه سینه به دنبال فعالیت یا اضطراب بروز می کند و ممکن است در شب و حین استراحت هم اتفاق بیفتد.

حملات آنژین ناپایدار در طول زمان از نظر تعداد حملات، مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه و شدت در رو به افزایش می گذارد و ممکن است در یک هفته حداقل ۲ بار اتفاق بیفتد. این نوع آنژین بسیار خطرناک بوده زیرا خطر سکته قلبی در (۳ الی ۱۸ ماه آینده) و مرگ ناگهانی ناشی از ایست قلبی وجود دارد.

تشخیص:

۱- نوار قلب ۲- تست ورزش ۳- اسکن رادیوایزوتوپ (اسکن از قلب) ۴- آنژیوگرافی عروق قلبی ۵- تظاهرات بالینی درد و شرح حال بیمار.

درمان:

درمان طبی = شامل دارو و درمانی و کنترل عوامل خطر آفرین می باشد.
درمان جراحی = شامل آنژیوپلاستی (بالون زدن عروق قلب) - استنت - جراحی باز و پیوند رگ می باشد.
عوارض آنژین صدری و ناپایدار = انواع بی نظمی های ضربان قلب - نارسایی قلبی - سکته قلبی

عوامل خطر آفرین در آنژین:

فعالیت - اضطراب - تماس با هوای سرد - خوردن غذای زیاد و سنگین - حرکت کردن در جهت مخالف باد

آموزش به بیمار:

برنامه و میزان فعالیت های روزانه در حدی باشد که باعث درد، قفسه سینه و تنگی نفس و خستگی نشود.

-از انجام فعالیت هایی که به تلاش زیاد احتیاج دارند، ورزش های ناگهانی و ورزش های ایزومتریک خودداری شود. بهتر است جای پله از آسانسور استفاده شود.

بیمار باید حین کار و فعالیت در فواصل مناسب استراحت کند، دوره های مختصر استراحت در طول روز داشته باشد روز بخوابد و زمان استراحت طولانی تر باشند.

افرادی که افزایش وزن دارند باید وزن خود را کم کنند و کمتر غذا بخورند از رژیم غذایی پرکالری و غنی از کلسترول پرهیز نمایند.

-از پرخوری پرهیز نموده و از مصرف زیاد قهوه خودداری نمایند.

-از مصرف غذاهای نفاخ پرهیز نموده، بعد از صرف غذا مدت کوتاهی استراحت نمایند تا ۲ ساعت از فعالیت بدنی خودداری نمایند.

-از استعمال دخانیات خودداری شود. همچنین بیمار باید از بودن با یک فرد سیگاری در یک اتاق پر از دود به منظور کاهش خطر بروز حملات آنژین صدری خودداری کند.

-در مقابل باد حرکت نکنند در هوای سرد آهسته راه بروند.

-برای گرم کردن بدن، در آب و هوای سرد، با شال گردن روی دهان و بینی اش بپوشاند و در زمستان لباس گرمتری بپوشد.